

**IMPLEMENTASI VIDEO *EDUTAINMENT* KONSELING GIZI
TERHADAP PEMAHAMAN DAN KEBIASAAN PEMENUHAN GIZI
SEIMBANG PADA REMAJA PUTRI**

Oleh :
Dewi Nilam Tyas
11304241028

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh implementasi video *edutainment* konseling gizi terhadap pemahaman dan perubahan kebiasaan pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri. Kebiasaan makan mengacu pada Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS).

Penelitian ini merupakan jenis *quasi experiment* dengan rancangan penelitian *Control Group Pretest-Post Test Design*. Teknik sampling dengan *purposive sampling* sehingga diperoleh 33 responden sebagai sampel, data dihimpun menggunakan instrumen soal *pretest* dan *post test* untuk mengukur pemahaman gizi seimbang. Kebiasaan pemenuhan gizi seimbang diukur dengan angket serta *Food Frequency Questionnaire* (FFQ). Data dianalisis secara statistika deskriptif dan *Paired T-Test* serta uji *Chi Square*.

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa penayangan video *edutainment* konseling gizi berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman gizi seimbang remaja putri ($p \leq 0,05$), terdapat hubungan pemahaman gizi seimbang dengan kebiasaan makan sesuai PUGS ($p \leq 0,05$), tidak terdapat hubungan status tinggal dengan kebiasaan makan sesuai PUGS ($p > 0,05$), serta tidak terdapat hubungan uang makan per minggu dengan kebiasaan makan sesuai PUGS ($p > 0,05$). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa implementasi video *edutainment* konseling gizi berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pemahaman dan perubahan kebiasaan pemenuhan gizi seimbang pada remaja putri.

Kata Kunci: video *edutainment*, remaja putri, gizi seimbang